

## Neonatologické oddelenie. Starostlivosť o novorodenca - 2. časť.

Na otázky čitateľov Záhoráka v rubrike lekár radí odpovedá MUDr. Katarína Blštáková, lekárka Neonatologického oddelenia FNŠP Skalica a.s, ktoré poskytuje starostlivosť o fyziologického a patologického (rizikového) novorodenca. Budeme hovoriť o význame kojenia, vhodnej strave mamičiek a spokojných bruškách bábätkiek.

### V RÔZNYCH ČASOPISOCH AJ V ČAKÁRNI U NÁŠHO DETSKÉHO LEKÁRA JE MNOHO PROPAGAČNÝCH MATERIÁLOV NA PODPORU DOJČENIA. ZAUJÍMALO BY MA, AKÝ MÁ DOJČENIE VÝZNAM PRE BÁBÄTKO.

Materské mlieko je pre dieťa tou najvhodnejšou a najprirodzenejšou stravou, čo sa týka zloženia, vyváženosti pomeru jednotlivých živín a stráviteľnosti. Zaisťuje dieťaťu všetky potrebné živiny až do ukončenia 6. mesiaca života a obsahuje látky podporujúce rozvoj jeho imunity. Okrem toho dojčenie upevňuje citový vzťah medzi dieťaťom a jeho matkou.



V prvých dňoch po pôrode sa tvorba mlieka ešte len rozbieha, vtedy je dôležité časté prikladanie, pretože dráždenie prsnej bradavky stimuluje jeho tvorbu. U každej ženy je rýchlosť prístúpenia mlieka iná, netreba sa preto predčasne vzdávať. Jeho tvorbu môžete zvýšiť častejším prikladaním alebo odstriekavaním.

### ČO AK NEBUDEM MAŤ DOSTATOK Mlieka? KTORÉ UMELE Mlieko JE VTEDY NAJVHODNEJŠIE?

Pokiaľ množstvo materského mlieka nie je dostatočné, je nutné dieťa dokrmovať umelou formulou. Na trhu je široký výber umelých mliek, ktoré sú vytvorené na rovnakom základe, majú však mierne obmeny v pridaných látkach, je preto len na Vás a Vašom bábätku, ktoré si vyberiete. Okrem bežných počiatkových a pokračovacích mliek sú na trhu aj mlieka, ktoré majú špeciálne zloženie. Takéto mlieka sú

odporúčané napríklad u detí s alergiou na bielkovinu kravského mlieka, tzv. hypoalergénne mlieka. Antirefluxné mlieka sa predpisujú u grckajúcich detí pri dokázanom refluxe, teda keď dochádza k spätnému prechodu potravy zo žalúdka do pažeráka. Antikolické mlieka sú vhodné u detí s častými dojčenskými kolikami, nadúvaním alebo zápchou. Existujú aj špeciálne mlieka pre nedonosené deti a deti s nízkou pôrodnou hmotnosťou alebo mlieka pre deti s intoleranciou laktózy a iné. Všetky tieto mlieka Vám v prípade potreby odporučí Váš detský lekár.

### SOM KOJACA MATKA, MÔŽE MOJA STRAVA OVPLYVNIŤ ZDRAVOTNÝ STAV MÔJHO DIEŤAŤA? SÚ NEJAKÉ POTRAVINY, KTORÝM BY SOM SA MALA VYHÝBAŤ?

Strava matky ovplyvňuje aj zloženie materského mlieka. Kojaca matka by si mala dávať pozor na vyvážené zloženie stravy, obohatené o vitamíny a minerálne látky a nezabúdať na dostatočný príjem tekutín, minimálne 2,5 litra za deň. Je treba vyhýbať sa potravinám, ktoré môžu u dieťaťka pôsobiť ako alergény a vyvolávať alergické reakcie na koži, ako napríklad citrusy, neriedené džúsy, ochutené minerálne vody, kakao a iné. Taktiež nie sú vhodné potraviny, ktoré môžu nadúvať, ako strukoviny alebo paprika. Treba sa vyhýbať alkoholickým nápojom, kofeínu a fajčeniu. Mnohé potraviny ovplyvňujú chuť materského mlieka, napríklad kapusta a cesnak, zároveň ale dieťa môžu lepšie pripraviť na zavádzanie príkrmov do stravy.

### PREČO JE POTREBNÉ NECHÁVAŤ BÁBÄTKO PO KAŽDOM KRMENÍ ODGRGNÚŤ?

Dieťa pri krmení súčasne s mliekom prehltá aj určité množstvo vzduchu, ktorý sa hromadí v žalúdku. Tento vzduch potom žalúdok rozťahuje a dráždi a môže vyvolávať vracanie. Preto je potrebné po každom nakrmení podržať

dieťa v zvislej polohe, kým si neodgrgne. Predídete tak nepríjemnému vracaniu.

**MOJA 4-TÝŽDŇOVÁ DCÉRKA UŽ 3 DNI NEMALA STOLICU, BRUŠKO JU VŠAK NEBOLÍ, JE SPOKOJNÁ. JE TO NORMÁLNE?**

Dojčené dieťa máva zvyčajne 2 až 4 stolice denne, je to však prísne individuálne. Črevo

novorodenca je schopné využiť živiny z materského mlieka takmer úplne, preto sa môže stať, že dieťa nemá stolicu aj niekoľko dní. Počet stolíc sa môže pohybovať v rozmedzí od 10 denne až po 1 týždenne. Preto ak sa u dieťaťa nevyskytujú iné ťažkosti ako nafúknuté bruško alebo kŕče a dieťaťko priberá, nie je sa čoho obávať.